



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### **Le programme de prévention des chutes réduit le taux de chute de 24 %** Nouvelle étude de la Ligue suisse contre le rhumatisme et de la ZHAW

Zurich, le 10 juin 2021

**Les chutes sont la deuxième cause d'accident en Suisse. Les deux tiers des chutes se produisent à domicile et les personnes âgées sont particulièrement exposées. Le programme de prévention des chutes « La sécurité au quotidien » de la Ligue suisse contre le rhumatisme est proposé depuis 2011 au domicile des personnes âgées et fait l'objet d'un suivi scientifique régulier de la Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW). Les résultats de la nouvelle étude démontrent clairement que le programme de prévention des chutes a permis de réduire les chutes et d'économiser des coûts en termes de santé.**

[Les résultats de l'étude prospective](#) menée par la Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) montrent clairement que le programme de prévention des chutes « La sécurité au quotidien » de la Ligue suisse contre le rhumatisme est particulièrement efficace et contribue de manière significative à la prévention des chutes. La professeure Karin Niedermann, responsable de l'étude, explique : « Chaque chute évitée est un grand succès, car elle permet souvent d'éviter une perte de mobilité ou d'autonomie ». L'étude a été réalisée sur une période de quatre ans (2016-2019).

La première partie de l'étude portait sur la réduction des chutes : un an après la visite à domicile, le taux de chute des personnes âgées a diminué de 24 %. Des effets positifs modérés à long terme ont également été constatés : la peur de tomber des personnes âgées a diminué et leur qualité de vie s'est améliorée en termes de limitations, de problèmes dans les activités quotidiennes et d'aptitude à se mouvoir.

La deuxième partie de l'étude a évalué le rapport coût-efficacité du programme de prévention des chutes. Les résultats montrent que la participation au programme de prévention des chutes a permis d'éviter 48 % des chutes nécessitant un traitement médical sur une période d'un an. En d'autres termes, seules douze visites à domicile sont nécessaires pour éviter une chute grave entraînant des conséquences médicales. « Seules quelques études sur les programmes de prévention en Suisse ont pu illustrer les économies sur les coûts médicaux directs aussi clairement que cette étude sur la prévention des chutes », souligne la professeure Karin Niedermann.

#### **L'objectif : moins d'accidents et plus d'autonomie**

Les personnes âgées chutent non seulement plus souvent, mais les chutes ont souvent pour elles des conséquences graves, par exemple une hospitalisation ou une perte d'autonomie. C'est pour s'attaquer à ce problème que la Ligue suisse contre le rhumatisme a commencé à développer le [programme de prévention des chutes « La sécurité au quotidien »](#) en 2011. « Nous avons été informés sur de nombreuses possibilités d'amélioration et nous espérons avoir assez de force pour conserver notre autonomie pendant quelque temps. Ce n'est pas pour rien qu'on dit qu'il faut bouger pour rester en bonne santé », commente un participant âgé.





**Rheumaliga Schweiz**  
**Ligue suisse contre le rhumatisme**  
**Legg svizzera contro il reumatismo**

Lors d'une visite à domicile, un-e physiothérapeute ou un-e ergothérapeute sensibilise les personnes âgées aux risques de chute à leur domicile. Elle ou il aide les personnes âgées à réduire le risque de chute par des mesures concrètes telles que la fixation des tapis et la pratique d'exercices physiques.

### **Les caisses d'assurance-maladie soutiennent le programme**

Dès le début, le programme de prévention des chutes de la Ligue suisse contre le rhumatisme a été soutenu par plusieurs caisses d'assurance-maladie. CSS, Sanitas et Atupri, entre autres, y participent actuellement. Les personnes intéressées peuvent se renseigner directement auprès de leur caisse d'assurance-maladie.

### **Informations complémentaires**

Monika Siber, responsable communication, tél. 044 487 40 60, [m.siber@rheumaliga.ch](mailto:m.siber@rheumaliga.ch)

---

### **La Ligue suisse contre le rhumatisme**

La Ligue suisse contre le rhumatisme est une organisation faîtière regroupant 19 ligues cantonales et régionales contre le rhumatisme et six organisations nationales de patients. Elle s'engage en faveur des personnes souffrant de rhumatisme, et met à la disposition des personnes intéressées, des médecins et des professionnels de la santé des informations, un service de conseil, des cours, une offre de formation continue et des moyens auxiliaires. Créée en 1958, la Ligue suisse contre le rhumatisme a reçu le label qualité délivré par la ZEWO aux organisations d'utilité publique.

